

2026年6月 スタッフレッスン担当表（スタジオ）

	時間	レッスン	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日	
月	10:50～11:10	月替わりプログラム	B	ほんま	ほんま	ほんま	ほんま	ほんま	
	11:25～11:55	週替わりプログラム30	B	まつの	まつの	まつの	まつの	まつの	
	20:00～20:30	BC30（ボディコンバット30）	A	くどう	おおくぼ	くどう	なかお	なかお	
	20:45～21:30	BP45（ボディパンプ45）	A	おおくぼ	なかお	おおくぼ	くどう	おおくぼ	
水	時間	レッスン	スタジオ	3日	10日	17日	24日		
	19:00～19:45	BP45（ボディパンプ45）	A	ながの	にしぎき	にしぎき	ながの		
木	時間	レッスン	スタジオ	4日	11日	18日	25日		
	10:25～10:55	楽ヨガ～RAKUYOGA～	A	みなみい	みなみい	くさはら	くさはら		
金	時間	レッスン	スタジオ	5日	12日	19日	26日		
	19:15～19:45	TAIKAN	B	まえかわ	まえかわ	にしぎき	にしぎき		
	20:00～20:30	BP30（ボディパンプ30）	A	にしぎき	にしぎき	にしぎき	おおくぼ		
	20:45～21:30	BC45（ボディコンバット45）	A	ながの	ながの	おおくぼ	くどう		
土	時間	レッスン	スタジオ	6日	13日	20日	27日		
	14:00～14:30	BC30（ボディコンバット30）	A	くどう	おおくぼ	なかお	くどう		
	15:55～16:40	BP45（ボディパンプ45）	A	ながの	くどう	ながの	おおくぼ		
日	時間	レッスン	スタジオ	7日	14日	21日	28日		
	13:00～13:30	BP30（ボディパンプ30）	A	ながの	おおくぼ	ながの	なかお		
	13:50～14:20	TAIKAN	A	ながの	ながの	ながの	なかお		
	14:40～15:25	BC45（ボディコンバット45）	A	おおくぼ	ながの	おおくぼ	ながの		

※都合により、担当インストラクター及びプログラムが変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

月曜日 11:25～11:55 週替わりプログラム30 レッスン内容

6月1日 歌謡ヒットダンス

6月8日 歌謡ヒットダンス

6月15日 歌謡ヒットダンス

6月22日 歌謡ヒットダンス

6月29日 歌謡ヒットダンス